N° 92.
8.

Quelques Considérations

SUR LES MOYENS

DE

CONSERVER LA SANTÉ

DES GENS DE LA CAMPAGNE.

TRIBUT ACADÉMIQUE

présenté et publiquement soutenu à la Faculté de Médecine de Montpellier, le 29 juillet 1836,

PAR

P.-V. VIGUIER,
de Pons (Aveyron),

POUR OBTENIR LE GRADE DE DOCTEUR EN MÉDECINE.

L'hygiène est d'autant plus utile qu'elle accommode ses préceptes aux diverses professions.

MONTPELLIER,
J. MARTEL AÎNÉ, IMPRIMEUR DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE,
près de l'Hôtel de la Préfecture, N° 10.

1836.

QUELQUES CONSIDÉRATIONS

SUR LES MOYENS

DE

CONSERVER LA SANTÉ

des Habitants de la Campagne.

La santé publique s'est de beaucoup améliorée depuis quelque temps, c'est un fait indubitable. A mesure que la civilisation est descendue de plus en plus dans les classes inférieures, la mortalité a diminué, et la vie moyenne s'est allongée.

Dans ce mouvement d'amélioration, l'influence de la médecine a eu sa part ; et sans parler du grand bienfait de la vaccine, elle a systématisé les données que lui fournit l'expérience faite en grand sur d'immenses populations, et est parvenue à la connaissance des préceptes utiles dont l'ensemble constitue l'hygiène ; science positive, dont les effets sur les masses peuvent s'exprimer par des chiffres.

Cependant l'hygiène de l'homme des champs est peu avancée. Stationnaire, vivant de traditions, il n'a jamais écouté les hommes généreux qui lui ont donné des conseils pour prévenir ou modifier les causes des maladies ; et cela, parce qu'on n'a pas mis la science à sa portée, ou plutôt parce qu'on a fait de la science avec lui, alors qu'on ne lui devait que des exemples et des raisonnements simples, pour lui montrer son intérêt attaché aux changements qu'on lui demandait.

Ayant vécu au milieu des habitants de la campagne, je les ai vus dans leur demeure, aux champs, à toutes les époques de l'année ; je les ai examinés isolément et dans leur rapport avec la grande famille humanitaire. J'ai souvent gémi de voir les dangers qui les entouraient. Obligé, par des raisons indépendantes de ma volonté, de restreindre mon travail, j'ai choisi et ai mis même à leur portée la partie qui peut leur être la plus utile.

La marche que j'ai adoptée est simple ; elle consiste à examiner l'influence *des choses* si improprement appelées *non naturelles*, en suivant la même division et en employant les mêmes termes consacrés dans les traités généraux d'hygiène.

Il en résulte six chapitres : le premier comprend les agents qui appartiennent à l'atmosphère

(*Circumfusa*) ; le second, ceux qui peuvent être appliqués à la surface du corps (*Applicata*) ; les aliments et les boissons forment le troisième (*Ingesta*) ; dans le quatrième, il s'agit des sécrétions et excrétions (*Excreta*) ; dans le cinquième, du mouvement et du repos (*Gesta*) ; enfin, les sensations, les passions et les fonctions intellectuelles sont examinées dans le sixième (*Percepta*). J'entre immédiatement en matière par l'étude de l'influence des agents atmosphériques.

1° Circumfusa. L'air est un fluide élastique, invisible par lui-même, sans saveur ni odeur, qui nous environne, dans lequel nous vivons ; une multitude de substances y sont répandues et dissoutes ; des émanations odorantes, des substances subtiles, inappréciables par nos sens, sont unies à l'air, le rendent délétère et funeste dans une foule de circonstances.

Il semble, au premier abord, que celui qui vit à la campagne doit respirer un air pur et être à l'abri de ses viciations. C'est ce qui a lieu pendant les travaux de la journée ; mais le soir, quand le cultivateur rentre dans sa demeure pour s'y reposer de ses fatigues et acquérir de nouvelles forces, comme les conditions changent !

Le peu d'aisance du villageois le force ordinairement à loger dans le même réduit avec toute

la famille, quelquefois avec les bestiaux, d'autres fois de simples claies forment toute la séparation. La nécessité le commande aux uns, aux autres l'habitude, l'avarice et l'incurie. Ces habitations sont d'autant plus insalubres qu'elles sont mal aérées, qu'il n'y a qu'une seule petite fenêtre sans cheminée, ou, s'il en existe, est très-mal disposée, que le sol du dehors est plus haut que l'aire de l'habitation qui est quelquefois sans pavé. Si le devant de la maison est au même niveau, il en est bien autrement du derrière qui est formé quelquefois par le rocher humide, ou le terrain monte jusqu'au toit. Le plus souvent elles restent fermées toute la journée.

Aussi les habitants sont étiolés : le matin, ils respirent à peine ; ils ont besoin de sortir pour renouveler l'air dans leurs poumons, ayant respiré toute la nuit un air étouffé. C'est surtout sur les enfants qu'agit cette insalubrité.

Les alentours de la maison sont aussi malsains que l'intérieur : par le séjour des égouts, ou de la souillarde, ou des gouttières, il se forme des bourbiers, que l'on entretient en y ajoutant des substances végétales pour faire du fumier ; bien pis encore, et c'est une des principales causes d'infection que nous ne devons pas passer sous silence, on forme dans certains endroits des cloaques, espèces de fosses destinées à recevoir

les immondices, où l'eau reste pendant une partie de l'année ; se desséchant par un temps sec, les insectes et autres animaux qui auparavant y vivaient et s'y multipliaient se putréfient : de-là une infinité de bulles, qui se dégagent en répandant dans l'atmosphère une odeur fétide et insupportable. Rien n'est si pernicieux que la décomposition des matières végéto-animales. L'autorité devrait tenir l'œil à ce que ces mares pestilentielles fussent comblées.

Il n'est qu'un moyen pour engager ces gens à y apporter quelque attention : il faut leur faire calculer le temps qu'ils passent à se guérir des maladies imprudemment acquises, et leur démontrer qu'en améliorant leur demeure ils gagneraient du temps, de l'argent, et leur vie serait plus longue. C'est l'intérêt, et l'intérêt pécuniaire qui les touchera, plutôt que leur propre personne : nous leur démontrerons donc que leurs bestiaux privés d'air ne produisent pas un si grand bénéfice, que le lait est moins abondant, que la laine est moins belle, que leurs bestiaux sont continuellement malades, et qu'on ne s'en aperçoit que lorsqu'ils sont entre la vie et la mort.

Pour compléter ce qui nous reste à dire des *Circumfusa*, nous mentionnerons les constitutions atmosphériques qui affectent le système

général des forces, en modifient l'action, et disposent nos corps aux alternatives dominantes. Les changements brusques de température qui amènent, par des alternatives répétées de froid et de chaud, la sécheresse et l'humidité, trouvent souvent le campagnard non précautionné et l'influencent dangereusement. Ceci arrive d'ordinaire pendant l'été : en effet, pendant cette saison, à l'heure des repas, il cherche un endroit ombragé, reste en chemise, la tête nue, parfois il s'endort tout couvert de sueur ; aussi la suppression de la transpiration est-elle la cause la plus fréquente des maladies qui l'affligent.

Les pluies l'exposent aussi à de grands dangers, avec d'autant plus de raison qu'il laisse sécher ses vêtements sur son corps.

Je signalerai, en outre, comme cause de maladie, la vapeur ardente qui sort de la terre pendant l'été et l'automne, et après un orage, les gaz délétères fournis par les cuves vinaires, le rouissage près des habitations, la fermentation du fourrage, du regain surtout. Eh ! n'y a-t-il pas des personnes qui en font leur couche !

Je ne finirais pas si je voulais citer toutes les causes qui rentrent dans les *Circumfusa*, il suffit de celles mentionnées ci-dessus.

2° Applicata. Je ne m'arrêterai pas long-temps

dans ce chapitre. Les habitants de la campagne sont vêtus à peu près la même chose dans toutes les saisons ; leurs vêtements ne tenant pas de la mode sont assez larges , les cravates dures et empesées ; les corsets ne sont presque pas connus.

Les enfants vont partie de l'année pieds nus, en chemise, fiers sans doute d'être échappés au garrottage auquel on les avait assujettis dès leur naissance. Tant d'hommes savants ont blâmé le maillot, que je n'entreprendrai pas de parler de ses inconvénients. Quand ce préjugé sera-t-il anéanti?

La couche du paysan est simple ; il ne la regarde que comme un moyen de se reposer des fatigues de la journée : la propreté lui est même indifférente. C'est ici que commence le mal, car la paille n'étant changée que tous les deux ou trois ans répand des émanations très-délétères, surtout reposant le plus souvent sur l'endroit le plus humide de l'habitation.

La peau fournit un liquide onctueux qui provient de ses follicules sébacées, la matière de la transpiration, enfin, celle de la sueur. Ces sécrétions jouissent d'une grande importance dans l'économie ; elles déposent certaines substances terreuses, huileuses, qui, en se réunissant à la poussière, forment à la longue une couche qui nuit beaucoup aux fonctions de l'organe qu'elle

recouvre. Les bains obvieraient aux inconvénients qui en proviennent ; mais malheureusement, soit faute de temps, soit par un préjugé surtout chez les femmes, on ne peut pas les y assujettir.

3° Ingesta. En général la nourriture des cultivateurs est tirée du règne végétal ; le pain fait leur principale nourriture ; le plus solide est celui qu'ils préfèrent, parce qu'il tient mieux l'estomac : c'est dans cette vue qu'ils font mélanger d'autres substances avec la farine. Ils ne sauraient assez se mettre en garde contre la mauvaise méthode qu'on a de ne pas assez nettoyer le grain avant de le transporter au moulin : je veux parler de l'ivraie et du seigle ergoté. Ils font beaucoup d'usage encore de légumes, de pommes de terre, de châtaignes, de riz : ces substances sont assez nourrissantes, mais indigestes.

Les fruits pulpeux, pris avec modération, relâchent, rafraîchissent, mais ne doivent pas être pris exclusivement. Il en est de même des herbes potagères.

Si l'on en croit les poètes, nos premiers pères usaient seulement de végétaux. « L'homme n'avait point eu la cruauté de plonger un fer barbare dans le sein des animaux ; on ne l'avait point vu encore chercher dans leurs entrailles des mets qui ne leur auraient inspiré que l'horreur et la répu-

gnance » ; et pourtant ils menaient une vie longue, sans infirmités.

Il n'entre pas dans mon sujet d'en donner la raison ; mais ce qu'il y a de certain, c'est que ce régime n'est pas suffisant aux hommes, et si dans les campagnes on supporte mal les saignées et autres évacuations, cela tient plutôt au peu ou mauvaise viande qu'ils ingèrent dans leur estomac qu'à la nature de leurs travaux. Je dis mauvaise viande, parce que ce sont des viandes conservées pendant des années le plus souvent, mal salées faute de local ou de soin ; aussi les voit-on, dans un jour de régal ou de fête, se remplir l'estomac à leur occasioner sinon une véritable maladie, du moins des dérangements.

Les boissons constituant une partie de la nourriture, on ne saurait être trop sévère sur leur qualité, leur quantité, leur température.

L'eau est la boisson la plus agréable, et la meilleure est limpide, légère, sans odeur ni saveur. Prise en trop grande quantité, elle relâche, affaiblit et peut produire des accidents.

Les travailleurs, dans les grandes chaleurs, devraient y mêler un peu de vinaigre ou de vin. Une grande quantité d'eau pure, au lieu d'étancher la soif, la maintient.

Le vin pris avec modération donne du ton, facilite la digestion, etc. ; mais il agit comme

poison lorsqu'on en abuse. Il mine à la longue, n'en voit-on pas assez d'exemples?

Les liqueurs spiritueuses, la bière, le cidre, dont l'usage immodéré est très-préjudiciable, ne sont guère connus. Je n'en dirai pas de même de l'eau-de-vie, qui, prise surtout à jeun, produit parfois des maladies très-sérieuses.

Le thé, le café, le chocolat ne sont guère employés parmi eux que comme remèdes.

Je ne laisserai pas passer l'occasion de dire un mot des funestes résultats produits par l'emploi des vases de cuivre. Qu'on ne dise pas que, pour conserver la santé, je veux mettre l'homme dans une continuelle défiance contre tout ce qui l'entoure; les moyens de prolonger la vie sont si simples, qu'il faut être bien ennemi de sa propre conservation que de dédaigner de les employer.

Beaucoup de gens diront que l'expérience démontre que l'on peut vivre long-temps et jouir d'une bonne santé, en s'exposant aux dangers que je leur représente comme si funestes.

Je répondrai que ce n'est vrai que pour un petit nombre de personnes privilégiées par la nature, qui peuvent donner cette idée : ou ce sont des gens doués d'un fort tempérament, ou ils se sont rendus insensibles aux causes des maladies, comme on le devient aux poisons graduellement et par habitude. Nous leur demanderons s'ils

n'auraient pas vécu nombre d'années de plus, s'ils avaient su se conserver. Quant aux autres, on peut avec raison attribuer aux dangers auxquels ils se sont exposés, leur faible constitution, leur mauvais tempérament, leurs infirmités prématurées, leurs fréquentes maladies et la brièveté de leur vie.

Or, la propreté est de toute rigueur à l'espèce humaine. Les sels de cuivre se forment très-promptement, l'évaporation insensible peut oxider les bords du vase à la température ordinaire ; l'étamage n'est pas un moyen sûr, les plaques minces peuvent se détacher ; il se fond à froid d'autant plus facilement qu'on y allie du plomb : celui-ci se dissolvant par les corps gras, salins, et miné par l'eau même à froid, peut être introduit dans l'estomac.

Il est prudent et plus sain de se servir de marmites et chaudières en fonte et de vases de faïence ou de grès.

Je signalerai aussi, seulement pour en montrer le danger, l'usage des champignons, dont il est très-difficile de distinguer les différentes variétés. J'ai vu nombre de personnes s'y connaissant être dupes de leur bonne foi.

Espérons que les progrès de la civilisation amélioreront le régime du paysan, en même temps qu'il arrivera à connaître les nouveaux

instruments qui abrègent le travail et augmentent les produits.

4° Excreta. Je viens de parler de l'alimentation ; il est tout naturel de passer de la composition à la décomposition.

Je ne m'arrêterai pas aux différents systèmes des Haller, Dumas et Adelon, et il n'entre pas même dans mon opuscule de définir les fonctions des sécrétions.

Ce qu'il y a de certain, c'est qu'il existe des rapports entre les différentes sécrétions et qu'elles se remplacent mutuellement ; ainsi, si les sueurs sont copieuses, si les matières fécales sont dures et les urines rares, etc., ce mouvement alternatif d'expansion et de concentration entretient et rétablit l'équilibre. Nous le trouvons dans l'état de santé comme dans l'état de maladie, dans les efforts que la nature fait pour arrêter ces dernières ou les guérir.

C'est surtout les sécrétions de la peau et des muqueuses qui méritent de fixer, de la manière la plus spéciale, l'attention des médecins ; car elles jouent un très-grand rôle dans le maintien de la santé, et dans la production et la guérison des maladies.

Les cultivateurs, qui, par la nature de leurs travaux, suent souvent, ne voient dans toutes

leurs maladies que des sueurs rentrées, et on les accable d'un fardeau de couvertures, on les étouffe pour ainsi dire, et le plus souvent un mal léger est transformé en maladie grave.

Quand il serait vrai, dans certains cas, que la sueur est utile, les moyens employés sont dangereux.

5° Gesta. L'homme étant doué de sensibilité, le mouvement lui est de rigueur pour approcher ou fuir les objets extérieurs; il a besoin de mouvement pour développer par l'exercice ses forces musculaires. Ce n'est pas ce qui manque au cultivateur, qui, pour subvenir à ses besoins, se livre à un travail soutenu et quotidien.

L'exercice musculaire est de la plus grande utilité ; aussi tous les auteurs conseillent la gymnastique aux personnes qui, par leur position, mènent une vie tranquille et dans le repos (1).

---

(1) Nicolas Andy a avancé « que presque toutes les infirmités pouvaient être guéries par le mouvement, et que c'était à lui que le plus grand nombre de médecins praticiens devaient l'avantage d'atteindre l'âge de la vieillesse. »

« Feu M. Othoman Vadère, grand médecin, m'ha dict maintes fois que, faulte d'exercitation corporelle, est cause unique de peu de santé et briefveté de vie à vous aultres messieurs et tous officiers de justice. »

Rabelais, tom. III, pag. 213.

Le cultivateur a besoin, au contraire, d'être guidé dans le travail dont l'excès est nuisible. Considérons-le, en effet, dans l'été, exposé tout le jour à une chaleur ardente ; il est épuisé par les sueurs qui ruissellent de son corps, les journées trop longues, les efforts musculaires trop long-temps soutenus ; les nuits ne suffisent pas pour réparer les forces. Aussi, le moissonneur est accablé de lassitude ; ses mouvements sont lents, sa constitution délabrée : c'est à cette époque que les maladies épidémiques font le plus de ravage.

6° Percepta. Enfin, me voici arrivé au sixième et dernier chapitre, à celui qui a trait à la vie intellectuelle des habitants de la campagne.

Celui qui n'aurait lu que les chants des poètes sur le bonheur de la vie pastorale, les amours innocents des bergères, les défis des bergers, trouverait bien des changements s'il parcourait nos villages ; à d'autres d'en analyser les sensations et les fonctions intellectuelles, à moi de peindre leurs mœurs.

Les affections de l'âme sont moins vives chez le paysan ; il vit plus en lui-même et est peu communicatif. La tristesse arrive plus fréquemment que la joie, ce qui influe beaucoup sur son physique. Endurci par le travail, il est peu sen-

sible à ses souffrances et à celles des autres ; il est très-sujet à la colère ; l'ambition, même au village, a établi son empire, et le bonheur de l'un fait le tourment de l'autre. Le paysan a perdu de sa simplicité ; il est devenu vain ; il veut être mieux paré que son voisin, avoir un bien plus considérable que lui ; et pour y parvenir, souvent s'expose à perdre le sien : la vanité, l'ambition, l'envie et la jalousie font plus de désastres qu'on ne pense.

A la campagne, la superstition a continué à régner en souveraine. Dans certains endroits, on croit aux revenants, aux sorciers, aux sorts. Quand je dis à la campagne, ces idées se trouvent encore dans la basse classe des villes. J'ai vu, dit M. Fodéré, à Marseille, rue Longue des Capucins, une pauvre vieille courir le risque d'être mise en pièces par une foule fanatique qui l'accusait d'avoir donné un sort à une malade qu'elle avait été visiter, parce que celle-ci après sa visite s'était trouvée plus mal.

Dans la ville d'Orléans, des particuliers torturèrent et rôtirent un pauvre berger, accusé d'avoir donné un sort à leur fils attaqué d'une maladie incurable. Il avait été désigné magicien par une femme qui se croyait aussi magicienne (1).

---

(1) Fodéré, Extrait du journal de Paris, 3 août 1815.

Une chose des plus pernicieuses, c'est la confiance que dans les campagnes on accorde aux charlatans de toute espèce ; tantôt c'est des remèdes secrets qu'on possède dans certaines maisons, de père en fils ; l'un guérit la rage, la gale : l'autre la teigne, le panaris, etc. ; quelquefois la maladie n'existe pas, et alors on crie merveille. Si, au contraire, le malheureux ne guérit pas, ce n'est pas la faute du remède : c'est que la maladie avait trop avancé ; voilà de quelle manière se soutient cette confiance aveugle. Il en est de même de ceux qui ont la réputation, quelquefois très-loin, de remettre les membres démis ; ils trouvent toujours, quoiqu'il n'y ait rien souvent, des fractures, des luxations ; et pour mieux abuser de la crédulité des gens, ils se servent d'autres termes aussi barbares que les moyens qu'ils emploient pour les guérir. Toute leur thérapeutique consiste à tirer fortement sur le membre, faire bien souffrir est de rigueur, et à l'étrangler ensuite avec de forts liens ; il en résulte qu'un mal léger, le plus souvent, qu'on aurait guéri avec des fomentations, devient grave, si les rabouteurs ne voient que membres démis. Les bonnes femmes regardent les douleurs un peu tenaces comme *des efforts*, contre lesquelles elles vantent l'urine prise à l'intérieur, l'eau de poix, etc. Il faut avoir été témoin de

ces absurdités pour y ajouter foi. Ainsi, dans la chlorose, on fait prendre aux jeunes filles de la fiente de brebis incorporée dans la confiture ou autres substances, et tant d'autres que je pourrais citer.

O raison humaine ! quand auras-tu assez d'empire pour mettre l'homme à l'abri de ses propres piéges et de ses préjugés !

Il y a une autre classe de charlatans qui parcourent les campagnes avec une musique bruyante, font croire qu'ils sont payés du gouvernement, pour attraper ce diable d'argent, en échange de quelques fioles spécifiques à tous les maux. Quoiqu'ils ne soient pas très-dangereux, parce que le paysan les connaît, il y en a parmi le nombre qui s'y laissent prendre, et j'ai des exemples des malheurs qui en sont survenus.

L'autorité ne saurait trop surveiller et punir cette engeance. Les maux qu'ils font sont incalculables.

Dans toutes les campagnes, on a établi des écoles, et l'on peut avoir l'espoir que l'ignorance ne sera plus le partage de la classe peu fortunée. Ce progrès sera long, parce que l'homme des champs, sans instruction lui-même, et partant n'en connaissant pas le prix, préfère recevoir l'obole du travail de son fils au sacrifice de l'envoyer se dégrossir.

Nous ne croirions pas notre tâche remplie, sans parler un peu de la femme dans ses deux périodes les plus intéressantes de la vie : je veux dire pendant la grossesse et l'allaitement.

La femme du cultivateur est la compagne de ses travaux. Cette vie active ne doit pas être suspendue complétement pendant la grossesse ; mais elle se doit des ménagements ; et c'est parce qu'elle ne tient pas assez compte de sa position, que les cas d'avortement sont plus fréquents qu'à la ville.

Puisque nous en sommes à l'accouchement, nous nous faisons un devoir d'avertir l'autorité de veiller sur le matronage qui se passe près des femmes en couche. Combien de malheurs ne s'ensuit-il pas? L'entêtement et l'ignorance ne laissent appeler bien souvent le médecin que lorsque tout secours est inutile.

Aussitôt que l'enfant est sorti du sein de la mère, on est dans l'habitude qu'une nourrice étrangère lui présente le sein ; coutume très-nuisible : je pourrais citer beaucoup d'exemples à l'appui, et de morts et de maladies. On doit savoir que la nature, qui n'a rien oublié, a doué le premier lait de la vertu d'expulser le méconium du nouveau né.

Je dois avertir les nouvelles accouchées qu'elles ne doivent pas s'exposer d'abord aux variations

atmosphériques, et pendant l'allaitement aux intempéries et aux grandes chaleurs.

Je finis, en formant des vœux pour que les hommes haut placés daignent laisser tomber un regard de consolation sur la classe la plus utile et la plus malheureuse, qu'ils daignent chercher les moyens à améliorer leur position. Si je puis y contribuer, je serai bien dédommagé de l'intérêt que j'y prends.

FIN.

Faculté de Médecine

DE MONTPELLIER.

PROFESSEURS.

MESSIEURS :

DUBRUEIL, DOYEN.
BROUSSONNET, *Examinateur.*
LORDAT.
DELILE.
LALLEMAND.
CAIZERGUES.
DUPORTAL, *Examinateur.*
DUGÈS.

MESSIEURS :

DELMAS.
GOLFIN, *Examinateur.*
RIBES.
RECH.
SERRE, *Suppléant.*
BÉRARD.
RENÉ, PRÉSIDENT.

AGRÉGÉS EN EXERCICE.

VIGUIER.
KÜHNHOLTZ.
BERTIN.
BROUSSONNET.
TOUCHY.
DELMAS.
VAILHÉ, *Examinateur.*
BOURQUENOD.
FAGES.
BATIGNE', *Suppléant.*
POURCHÉ, *Examinateur.*
BERTRAND.
POUZIN.
SAISSET.
ESTOR.

La Faculté de Médecine de Montpellier déclare que les opinions émises dans les Dissertations qui lui sont présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.